



11月12日(木) 楽天イーグルス秋季キャンプメニュー(野手)

【参加選手】

■ 捕手

39 井野
48 伊志嶺
52 山本

■ 内野手

0 内村
1 塩川
27 河田
56 中川
66 西村
67 銀次

■ 外野手

23 聖澤
25 横川
33 平石
35 大廣
38 楠城
46 鉄平
63 牧田
64 中島

野手

		メイン									
		A		B		C		D		E	
		1	35	33	63	23	38	0	67	39	52
		27	66	46	64	25		56		48	
10:00		W-up									
10:40		着替え・CB									
11:00		守備練習									
11:40		打撃練習【メイン】									
		A	B	C	D	E					
		①	⑤	④	③	②					
		②	①	⑤	④	③					
		③	②	①	⑤	④					
		④	③	②	①	⑤					
		⑤	④	③	②	①					
13:50		全員ランニング									
14:20		軽食									
14:50		個別練習(個別以外はトレーニングコーチ指示)									
		【特打】		1・25・35・66							
		【特守】		捕: 山田 コーチ指示 内: 0・56・67 外: 23・38・64							
ローテーション配置図											
<p>①BT 2ヶ所 ②走塁 ③バント ④股割り ⑤リズムスイング</p>											